

# “PEMANFAATAN BUAH SEMANGKA UNTUK KESEHATAN KULIT WAJAH”



## TUGAS AKHIR

Oleh:

**Asfiya Chilmi**

**NIS: 131235230026190006**

### LEMBAGA PENDIDIKAN MA'ARIF NU MADRASAH ALIYAH AL HIDAYAH

NPSN : 20584761 NSM : 131 235 230 026 STATUS : TERAKREDITASI " A "

Alamat : Jl. K.H. Muhyiddin 365 Lajukidul Singgahan Tuban

AKTIF, NOTARIS MIQDARRURRIDHO, SH NO. 09 TAHUN 2015

AHU-001.2322.AH.01.04.TAHUN 2015

Website: [www.maalhidayah.com](http://www.maalhidayah.com) ; E-mail: [maalhidayah365@yahoo.co.id](mailto:maalhidayah365@yahoo.co.id)

TAHUN 2021



# PEMANFAATAN BUAH SEMANGKA UNTUK KESEHATAN KULIT WAJAH”



## TUGAS AKHIR

Diajukan Guna Melengkapi Tugas Akhir dan Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Pembelajaran di Madrasah Aliyah Al Hidayah Lajukidul (MA. Plus Keterampilan) Program Peminatan Ilmu Pengetahuan Sosisal

Oleh:

Asfiya Chilmi

NIS: 131235230026190006

## LEMBAGA PENDIDIKAN MA'ARIF NU MADRASAH ALIYAH AL HIDAYAH

NPSN : 20584761 NSM : 131 235 230 026 STATUS : TERAKREDITASI " A "

Alamat : Jl. K.H. Muhyiddin 365 Lajukidul Singgahan Tuban

AKTIF, NOTARIS MIQDARRURRIDHO,SH NO. 09 TAHUN 2015

AHU-001.2322.AH.01.04.TAHUN 2015

Website: [www.maalhidayah.com](http://www.maalhidayah.com) : E-mail: [maalhidayah365@yahoo.co.id](mailto:maalhidayah365@yahoo.co.id)

TAHUN 2021



## **PERSEMBAHAN**

Tugas akhir ini saya persembahkan untuk :

1. Tugas akhir ini saya persembahkan untuk ayah dan ibu yang telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan sehingga seumur hidup tidak cukup untuk menikmati semuanya.
2. Merampungkan tugas akhir jelas bukanlah momen mudah yang harus kujalani sebagai siswa. Terima kasih Bu Nur Aini Lutfiah S.Ag, karena telah rela meluangkan waktu untuk membimbingku mewujudkan semuanya.
3. Tugas akhir ini saya persembahkan untuk teman dan sahabat yang selalu ada disisi saya. Bahkan saya tidak bisa menjelaskan betapa bersyukurnya saya memiliki kalian dalam hidup saya.
4. Seluruh Tenaga Pendidik dan Tenaga Kependidikan Madrasah Aliyah Al Hidayah Lajukidul

## MOTTO

"Barang siapa belum pernah merasakan pahitnya mencari ilmu walau sesaat, ia akan menelan hinanya kebodohan sepanjang hidupnya."<sup>1</sup>

“”

## Atau

. "Jika engkau ingin agar Allah tetap memberikan hal yang engkau sukai, maka gigihlah dalam mengerjakan apa pun yang Allah sukai".<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> (Imam Syafi'i)

<sup>2</sup> (Imam Hambali)

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama :Asfiya Chilmi

NIS :131235230026190006

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir yang berjudul

**“PEMANFAATAN BUAH SEMANGKA UNTUK KESEHATAN KULIT WAJAH”**

Adalah benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali kutipan yang sudah saya sebutkan sumbernya, belum pernah diajukan pada institusi mana pun, dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

**Lajukidul, 13 Desember 2021**

**Yang menyatakan**



**Asfiya Chilmi**

**NIS:1312352300006**

**PERSETUJUAN PEMBIBING**

**TUGAS AKHIR**

**PEMANFAATAN BUAH SEMANGKA UNTUK KESEHATAN KULIT  
WAJAH**

**Oleh**

**Asfiya Chilmi**  
**NIS: 131235230006**

**Telah Memenuhi Persyaratan Dan Disetujui Untuk Mengikuti Ujian Hasil Tugas Akhir  
Jurusan Ilmu Pengetahuan Social (IPS)**

**Guru Pembimbing : Nur Aini Lutfiah S.Ag**  
**Wali Kelas : Khoirun Nisa,S.Pd**  
**Tanggal : 13 Desember 2021**

**Guru Pembimbing**



**Nur Aini Lutfiah S.Ag**

**Wali Kelas**



**Khoirun Nisa,S.Pd**

## PENGESAHAN

Karya Ilmiah berjudul ”PEMANFAATAN BUAH SEMANGKA UNTUK KESEHATAN KULIT WAJAH” karya Asfiya Chilmi telah diuji dan disahkan pada:

Hari, tanggal : 25 Januari 2022  
Tempat : Madrasah Aliyah Al Hidayah Lajukidul

**Tim Penguji :**

**Penguji 1**



**kun Sholihaddin Fatma, S. Ag S. Pd MA**

**Penguji 2**



**Saifuddin S. Pt**

**Pembimbing**



**Nur Aini Lutfiah S. Ag**

**Wali Kelas**



**Khoirun Nisa, S. Pd**

**Mengesahkan  
Kepala Madrasah Aliyah  
AL Hidayah Lajukidul**



**Kun Sholihaddin Fatma, S. Ag S. Pd MA**

## ABSTRAK

**Asfiya Chilmi, 2021. “PEMANFAATAN BUAH SEMANGKA UNTUK KESEHATAN KULIT WAJAH”. Karya Ilmiah Program Studi Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS). Pembimbing Nur Aini Lutfiah S.Ag.**

Semangka adalah salah satu buah favorit masyarakat karena bentuknya sangat menarik, serta dengan warna cerah tak mungkin dilewatkan. Buah ini mengandung hampir 92% air. Sehingga sangat menyegarkan untuk dikonsumsi sewaktu-waktu, terutama pada siang hari. Dengan berbagai kandungan vitamin dan nutrisi menyehatkan seperti vitamin A, vitamin C, vitamin B6, dan lainnya. Banyak khasiat bagi kesehatan tubuh yang bisa kita nikmati dengan mengonsumsi buah bulat berwarna hijau tua ini.

Kandungan air melimpah hingga kaya kandungan nutrisi dan vitamin, buah semangka bisa jadi salah satu buah andalan untuk dikonsumsi sehari-hari guna menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Selain kaya akan antioksidan, buah yang satu ini juga kaya akan likopen yang bisa jadi penangkal radikal bebas yang baik untuk kulit.

semangka mampu mengatasi beragam masalah kulit, mulai dari ruam panas, jerawat, sengatan matahari hingga membuat wajah menjadi cerah alias glowing. Tak heran kalau kini banyak produk kecantikan yang berbahan dari buah semangka ini. Memijat kulit dengan masker semangka setiap hari adalah obat alami untuk menyembuhkan jerawat. Jika Anda rentan terhadap jerawat, gunakan semangka untuk mengatasi masalah kulit Anda.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT. atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan/ saikan Tuga Akhir yang berjudul “Pemanfaatan buah semangka untuk kesehatan kulit wajah ”Tugas Akhir ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Madrasah Aliyah Al Hidayah Lajukidul (MA. Plus Keterampilan) pada Program Peminatan Ilmu Pengetahuan Sosial di Madrasah Aliyah Al Hidayah Lajukidul .

Penyusunan Tugas Akhir ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Kun Sholihaddin Fatma, S.Ag, S.Pd, MA selaku Kepala Madrasah Aliyah Al Hidayah Lajukidul
2. Ibu Nur Aini Lutfiah S.Ag, selaku Guru Pembimbing Utama yang telah membimbing selama penulis menjadi siswa;
3. Bapak dan Ibu Guru serta Tenaga Kependidikan yang telah memberikan dorongan sehingga terselesaikannya Tugas Akhir ini;
4. semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis juga menerima segala kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan Tugas Akhir ini. Akhirnya penulis berharap, semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat.

Lajukidul, 13 desember 2022

Penulis



**Asfiya Chilmi**

NIS: 1312352300006

## DAFTAR ISI

<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>i</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIBING.....</b>	<b>iv</b>
<b>PENGESAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II KERANGKA TEORI.....</b>	<b>6</b>
A. Buah Semangka.....	6
B. Manfaat Dari Buah Semangka.....	7
1. Toner Alami.....	7
2. Mencegah penuaan dini.....	8
3. Melembabkan Kulit.....	8
4. Mencegah penuaan dini.....	8
5. Melembabkan Kulit.....	9
6. Obat Jerawat.....	9
7. Mengurangi minyak berlebih dikulit wajah.....	9
C. Kandungan Semangka.....	10
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>12</b>
A. WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN.....	12
B. DEFINISI OPRASIONAL.....	12
D. METODE PENGUMPULAN DATA.....	13
E. Analisa Hasil.....	14
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>16</b>
A. HASIL PENELITIAN.....	16
B. PEMBAHASAN.....	17
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>19</b>
A. KESIMPULAN.....	19
B. SARAN.....	20
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kesehatan merupakan sebuah faktor utama hidup manusia, tanpa kesehatan manusia tidak bisa melakukan aktifitas normalnya sehingga umumnya terjadi gangguan atau berkurangnya kesehatan dapat mengakibatkan merugikan lahir maupun batin (Tranggono, 2007). Kesehatan ada yang termasuk dalam dan luar tubuh. Ilmu farmasi merupakan salah satu ilmu yang menjadi bagian dan berperan penting dalam peningkatan kesehatan. Sebab dalam ilmu farmasi, jika terjadi gangguan, kelainan atau kerusakan sel didalam dan diluar tubuh maka pengobatan dan pemulihannya pun terbagi secara umum untuk bagian dalam (oral) dan bagian luar (topical). Salah satu pengobatan dan pemulihan untuk bagian luar tubuh adalah dengan penggunaan sediaan kosmetik (Wasitaatmadja, 1997). Indonesia merupakan salah satu Negara dengan iklim tropis dimana pancaran sinar matahari lebih kuat sehingga temperatur udara lebih hangat. Iklim menjadi salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi kondisi kulit. Kulit wajah kering merupakan salah satu masalah yang umum dialami oleh wanita di Indonesia dimana jenis kulit ini membuat seseorang tidak nyaman karena wajah terlihat kusam, bersisik, mudah timbul kerutan dan kulit terasa tidak segar.

Kulit merupakan lapisan terluar tubuh yang mudah mengalami kerusakan sehingga sangat penting untuk menjaga kesehatannya. Kulit wajah adalah bagian tubuh yang rentan mengalami gangguan kesehatan karena kurangnya perlindungan. Apabila wajah kurang terlihat sehat akan mengurangi kepercayaan diri seseorang. Pada umumnya wanita menginginkan kulit yang sehat, cerah dan lembab. Namun tidak semua wanita memiliki kondisi wajah yang demikian. Salah satunya kulit yang kering karena kurangnya kelembapan kulit. Menurut Safitri (2014:101) Kulit yang kering pada umumnya terlihat kusam dan terasa kencang karena memiliki tingkat sebum yang rendah serta pecah-pecah karena kurangnya tingkat kelembapan.

Kulit kering rentan mengalami penuaan, kerutan dan iritasi, tetapi dengan bertambahnya usia kulit akan mengalami penuaan lebih cepat sehingga perlu perawatan. Kulit kering sangat membutuhkan perawatan untuk mengembalikan kelembabannya. Untuk menjaga kulit senantiasa lembab dapat dilakukan berbagai perawatan mulai dari rutin membersihkan wajah, menggunakan pelembap tabir surya saat berada diluar ruangan, melakukan peeling dan masker.

Kosmetik dari buah-buahan sangat berguna untuk menjadikan kulit tampak sehat karena kandungan antioksidan yang terdapat dalam buah-buahan tersebut. Selain itu kosmetik berbahan dasar buah-buahan sangat mudah diperoleh dan diproduksi sendiri. Pada umumnya, pemakaian masker buah-buahan dilakukan dengan dilumuru seluruh permukaan wajah kecuali alis, mata, bibir, sehingga tampak seperti memakai topeng. (Anjani dan Dwiyantri, 2013).

Semangka ( *Citrullus lanatus* ) merupakan salah satu jenis tanaman yang dapat tumbuh disetiap musim, sehingga buanya sangat mudah diperoleh dan harganya cukup terjangkau. Buah semangka memiliki kandungan air yang banyak sehingga cocok dibuat minuman untuk melepas dahaga. Selain itu, buahnya bisa dikonsumsi langsung atau sebagai hidangan pencuci mulut.

Tanaman semangka kadang hanya dimanfaatkan buahnya saja sedangkan kulitnya tidak dimanfaatkan kembali. Kulit buah semangka terdapat kandungan gizi yang tidak kalah penting dari daging buahnya, menurut Wibowo (2013) kulit semangka berukuran 2,5 cm x 2,5 cm diketahui mengandung sekitar 1,8 kalori. Selain itu, walaupun kandungan nutrisi makro dalam kulit semangka tidak sebanyak dalam daging buahnya, namun satu cangkir porsi kulit semangka dapat memberikan sekitar 2% dari kebutuhan vitamin C harian serta 1% dari kebutuhan vitamin B6 harian. Menurut Mita (2010) kulit buah semangka kaya akan vitamin, mineral, enzim, dan klorofil. Vitamin-vitamin yang terdapat pada kulit buah semangka meliputi vitamin A, Vitamin B2, vitamin B6. Kulit buah semangka juga mengandung sebagian besar citrulline, asam amino, besi, magnesium, fosfor, kalium, seng, betakaroten, dan likopen yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan.

Buah-buahan yang dapat dimanfaatkan sebagai masker wajah salah satunya adalah buah semangka bagian lapis putih kulit semangka. Kulit semangka mengandung

vitamin, mineral, enzim dan klorofil. Vitamin-vitamin yang terdapat pada kulit semangka meliputi vitamin A, B dan C. Selain itu, kulit buah semangka lycopene yang dapat dimanfaatkan sebagai anti oksidan untuk mengencangkan kulit wajah dan mencegah timbulnya keriput pada wajah. Kulit semangka memiliki kandungan nutrisi yang memiliki banyak kegunaan, dapat dijadikan pengobatan beberapa jenis penyakit misalnya diabetes mellitus, gatal karena tanaman beracun, kulit kasar dan luka bakar, mencegah kerontokan rambut dan menghaluskan kulit.

Dalam pembuatan masker wajah peel off dengan menggunakan bahan alam kualitas fisik masker gel peel off dipengaruhi oleh komposisi bahan-bahan yang digunakan HPMC mempunyai kelebihan akan menghasilkan gel yang jernih, bersifat netral, viskositas stabil dan resisten terhadap pertumbuhan mikroba (Rowe dkk, 2009). Polivinil alcohol atau PVA dapat akan gel mengering secara cepat, lapisan film yang terbentuk sangat kuat dan plastis sehingga memberikan kontak yang baik antara sediaan dan kulit (Rekso dan Sunarni, 2007).

Buah semangka memiliki kadar vitamin dan mineral yang terkandung dalam setiap setiap 100 gram buah semangka. Semangka ( *Citrullus lanatus* ) merupakan buah-buahan asal afrika yang mudah dibudidayakan dan dijumpai diindonesia, semangka kaya akan kandungan air sehingga cocok dikonsumsi didaerah tropis yang suhu udaranya cenderung panas.

Mengonsumsi semangka secara rutin dengan porsi yang tepat bisa membuat anda mendapatkan berbagai manfaatnya, khususnya untuk menjaga kesehatan tubuh. Selain memiliki manfaat pada kesehatan, buah semangka juga berkhasiat untuk kecantikan .

Semangka termasuk buah berukuran besar. Buahnya merupakan jenis buah beri dengan kulit keras serta daging buah yang sangat tebal. Buah semangka yang tumbuh liar umumnya memiliki diameter 20 cm. Sementara jenis semangka yang dibudidayakan dapat tumbuh mencapai diameter 60 cm.

Di zaman yang serba mahal, terutama kebutuhan pokok seperti beras, gandum, pati, *maezena* (jagung) maka kita harus dapat mencari solusi untuk mengatisipasinya, sehingga kita tidak semakin kesulitan dalam mempeertahankan hidup, terutama dalam pemenuhan kebutuhan akan makanan. Wilayah indonesia

merupakan wilayah yang sangat subur, diibaratkan tongkat dan kayu dapat menjadi makanan, sampai mereka mengabaikan hal yang bisa dimanfaatkan lagi dengan dibuang begitu saja, seperti kulit buah semangka yaitu dapat di olah menjadi keripik.

Terutama pada daerah yang mayoritas para petaninya disekitar desa ini adalah petani semangka pada masa panen nya kadang kala ada yang terbuang percuma karena tidak memenuhi standar harga pasar.

Untuk itulah saya meneliti kulit semangka sebagai bahan pembuatan masker, agar dapat mengetahui bahwa kulit semangka yang hanya dibuang begitu saja atau tidak dimanfaatkan dapat bernilai jual, ketika sudah berupa produk seperti halnya masker buah semangka.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Kandungan apa saja yang terdapat pada kulit semangka untuk kesehatan kulit wajah?
2. Apakah kulit semangka sangat bermanfaat pada kesehatan kulit wajah?
3. Apakah limbah kulit buah semangka dapat dimanfaatkan sebagai bahan baku dalam pembuatan masker?

## **C. Tujuan Penelitian**

Dalam setiap penelitian, tentunya memiliki tujuan yang digunakan sebagai pedoman dan tolak ukur dari suatu penelitian. Sehingga dalam penelitian ini juga mempunyai tujuan yang berdasarkan dari rumusan masalah yang telah diuraikan di atas. Adapun tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kandungan buah semangka sebagai kesehatan kulit wajah
2. Untuk mengetahui nutrisi yang tersimpan didalam semangka yang mampu memberikan efek menyehatkan tubuh maupun kulit wajah

## **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian dapat dijadikan rujukan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan tentang pemanfaatan buah semangka untuk kesehatan kulit wajah sebagaimana cara mudah untuk pencegahan adanya iritasi atau masalah kulit

lainnya. Selain itu mengonsumsi semangka secara rutin dengan porsi yang tepat bisa membuat anda mendapatkan berbagai manfaatnya, khususnya untuk menjaga kesehatan tubuh.

Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah untuk memberikan informasi kepada masyarakat tentang pemanfaatan limbah kulit semangka sebagai bahan baku pembuatan masker dan manfaat lainya sebagai salah satu cara untuk merawat kulit wajah dengan bahan alami, dari penelitian ini juga untuk mengurangi limbah dan sebagai acuan data dasar bagi peneliti selanjutnya Anda dapat menggunakan semangka sebagai masker dengan mengonsumsi buahnya untuk mendapatkan hasil terbaik. Semua nutrisi yang tergantung dalam buah semangka dapat mencegah terjadinya perubahan pada kulit seperti keriput dan bintik-bintik hitam pada wajah dan masih banyak manfaat dari buah semangka untuk wajah seperti melembabkan kulit, obat jerawat, toner alami dan lain sebagainya.

**1. Bagi Peneliti**

Menjadi bahan pijakan untuk penelitian selanjutnya dalam memanfaatkan bahan.

**2. Bagi siswa**

Memberikan referensi kepada siswa dan instansi yang terkait untuk produk kosmetik dengan memanfaatkan bahan alam.

**3. Bagi Masyarakat**

Memberikan informasi kepada masyarakat terhadap peluang peningkatan manfaat kulit semangka dan nilai jual yang berkaitan sebagai produk kosmetik

## **BAB II**

### **KERANGKA TEORI**

#### **A. BUAH SEMANGKA**

Semangka adalah tanaman merambat yang berasal dari daerah setengah gurun di Afrika bagian selatan. Tanaman ini masih sekerabat dengan labu-labuan, melon dan ketimun. Semangka biasa dipanen buahnya untuk dimakan segar atau dibuat jus. Biji semangka yang dikeringkan dan disangrai juga dapat dimakan isinya sebagai kuaci.

Buah semangka sangat identik dengan musim panas atau musim kemarau di beberapa negara. Banyaknya kandungan air serta rasanya yang manis menjadikan semangka sangat segar bila disantap saat suhu udara sedang panas-panasnya.

Tanaman semangka dibudidayakan secara luas di seluruh dunia, terutama untuk tujuan konsumsi buahnya. Daging buah semangka umumnya berwarna merah dengan banyak biji kecil berwarna hitam di tengahnya. Namun jenis kultivar semangka modern mempunyai variasi lain, misalnya daging buah berwarna kuning atau semangka tanpa biji.

Semangka biasanya ditanam didataran rendah dengan ketinggian sampai 600 meter. Syarat tumbuh semangka yang baik yaitu tanahnya gembur, subur ( banyak mengandung humus), mengandung kapur dan mengandung air (lembab) akan tetapi iklimnya harus kering.

Derajat keasaman tanah (pH) yang baik untuk tanaman semangka 6-7. Selain itu, tanaman semangka memerlukan sinar matahari yang banyak bukan pada tempat-tempat yang teduh (terlindungi).

Buah semangka memiliki rasa manis dan menyegarkan saat disantap ketika cuaca panas. Selain itu, dengan kandungan yang dimilikinya, semangka juga memiliki manfaat yang bisa dirasakan oleh tubuh. Kandungan air pada buah semangka Ternyata juga mampu membuat tubuh tetap terhidrasi. Padahal, kandungan vitamin dan mineral lainnya memberi banyak manfaat kesehatan untuk tubuh termasuk wajah.

kulit buah semangka mengandung senyawa aktif yaitu terpenoid yang dapat berfungsi sebagai antibakteri sehingga bisa menjadi obat untuk jerawat. Biasanya

kulit buah semangka diletakkan beberapa saat dalam kulkas hingga terasa lebih dingin. Ada pula yang mencampurkannya dengan alpukat atau pisang untuk membantu penyembuhan. Selain itu, manfaat yang sama bisa didapatkan dari biji buah semangka.

Sementara bijinya, mampu mengatasi iritasi dan meningkatkan kolagen. Biji semangka mengandung protein, asam lemak, asam linoleat yang mengental, asam oleat yang menghidrasi, dan berbagai ceramide. Kandungan-kandungan itu juga dapat membantu kulit menjadi lebih lembap.

Tak hanya itu, daging buah semangka penuh dengan vitamin A dan C. Kedua vitamin ini dapat membantu memulihkan kulit yang rusak setelah terkena sinar matahari, angin, atau bahkan stres. Dengan begitu, kerusakan kulit karena sinar UV, bintik hitam, dan bercak kering dapat dihindari.

penggunaan semangka untuk mempercantik kulit wajah dapat digunakan pada berbagai jenis kulit. Entah itu kulit berminyak, berjerawat, atau sensitif. Oleh karenanya buah satu ini dapat dimanfaatkan banyak orang.

## **B. MANFAAT DARI BUAH SEMANGKA**

### **1. Toner Alami**

Manfaat buah semangka untuk kecantikan yang pertama dapat digunakan sebagai toner alami. Buah semangka memiliki zat alami yang dapat membuat kulit Anda menjadi segar. Anda dapat memijat kulit dengan irisan semangka segar atau mencampurnya dengan madu untuk mendapatkan hasil terbaik. Anda juga dapat menggunakan jus semangka dan mengoleskannya pada wajah dan leher.

Selain itu, buah semangka bisa menjadi toner untuk menghilangkan belang di wajah. Terik matahari bisa membuat kulit cepat terbakar. Akibatnya, warna kulit menjadi belang dan mengganggu penampilan. Salah satu caranya adalah ambil 100 gram semangka lalu blender. Saring sarinya, lalu usapkan jus tersebut sebagai toner wajah atau oleskan ke bagian kulit yang belang. Tunggu 15 menit lalu bilas dengan air dingin. Untuk pudarkan kulit belang lebih cepat, campur jus semangka dengan jus mentimun dengan perbandingan.

## **2. Mencegah penuaan dini**

Manfaat buah semangka untuk kecantikan berikutnya adalah sebagai buah yang dapat mencegah penuaan dini. Semangka merupakan sumber makanan kaya akan likopen, vitamin C dan A. Semua nutrisi ini dapat mengurangi paparan radikal bebas yang dapat menyebabkan garis-garis halus, keriput dan bintik-bintik hitam pada kulit.

Kandungan antioksidan dalam semangka juga mengurangi radikal bebas dalam tubuh dan mencegah semua tanda-tanda penuaan kulit. Anda dapat menggunakan semangka sebagai masker dan mengonsumsi buahnya untuk mendapatkan hasil terbaik.

Adapun cara memudahkan kerutan pada wajah yaitu dengan mencampur setengah buah alpukat dan 100 gram semangka hingga seperti krim. Oleskan ke wajah seperti masker (hindari area mata) lalu diamkan hingga 20 menit, kemudian bilas dengan air hangat. Penggunaan secara teratur dapat menghilangkan kerutan halus di wajah karena masker ini tinggi kandungan antioksidan.

## **3. Melembabkan Kulit**

Manfaat buah semangka untuk kecantikan berikutnya dapat membantu melembabkan kulit. Semangka merupakan buah yang banyak memiliki kandungan air sehingga akan dapat membuat tubuh dan kulit menjadi terhidrasi.

Semangka mengandung berbagai macam vitamin penting bagi tubuh dan wajah, salah satunya adalah vitamin A. Tak bisa dipungkiri pentingnya vitamin A bagi wajah, karena vitamin ini membantu melembabkan kulit.

Jika Anda memiliki kulit kering, Anda dapat mencampurkan semangka dan madu untuk tetap melembabkan kulit. Dehidrasi dapat menyebabkan wajah kering dan kusam. Jadi, tidak ada salahnya jika Anda sertakan buah ini ke dalam menu diet.

## **4. Mencegah penuaan dini**

Manfaat buah semangka untuk kecantikan berikutnya adalah sebagai buah yang dapat mencegah penuaan dini. Semangka merupakan sumber makanan kaya akan likopen, vitamin C dan A. Semua nutrisi ini dapat mengurangi paparan radikal bebas yang dapat menyebabkan garis-garis halus, keriput dan bintik-bintik hitam pada kulit.

Kandungan antioksidan dalam semangka juga mengurangi radikal bebas dalam tubuh dan mencegah semua tanda-tanda penuaan kulit. Anda dapat menggunakan semangka sebagai masker dan mengonsumsi buahnya untuk mendapatkan hasil terbaik.

Adapun cara memudarkan kerutan pada wajah yaitu dengan mencampur setengah buah alpukat dan 100 gram semangka hingga seperti krim. Oleskan ke wajah seperti masker (hindari area mata) lalu diamkan hingga 20 menit, kemudian bilas dengan air hangat. Penggunaan secara teratur dapat menghilangkan kerutan halus di wajah karena masker ini tinggi kandungan antioksidan.

#### **5. Melembabkan Kulit**

Manfaat buah semangka untuk kecantikan berikutnya dapat membantu melembapkan kulit. Semangka merupakan buah yang banyak memiliki kandungan air sehingga akan dapat membuat tubuh dan kulit menjadi terhidrasi.

Semangka mengandung berbagai macam vitamin penting bagi tubuh dan wajah, salah satunya adalah vitamin A. Tak bisa dipungkiri pentingnya vitamin A bagi wajah, karena vitamin ini membantu melembapkan kulit.

#### **6. Obat Jerawat**

Pijat kulit dengan masker semangka setiap hari maka Anda akan memperoleh obat alami untuk bantu sembuhkan jerawat. Semangka akan cocok bagi penderita jerawat dan buah ini merupakan solusi untuk mengatasi masalah kulit.

Adapun cara untuk meredakan jerawat tersebut yaitu Potong tipis semangka, lalu tempelkan ke wajah sebagai masker. Bisa juga gunakan kapas yang telah direndam jus semangka, lalu gunakan sebagai kompres untuk bagian wajah yang berjerawat. Kandungan jus dalam semangka mampu mengurangi kadar minyak wajah secara signifikan. Pakai 2-3 kali seminggu selama 1 hingga 2 bulan penuh, maka hasil nyata akan langsung terlihat.

#### **7. Mengurangi minyak berlebih di kulit wajah**

Vitamin A yang terkandung dalam semangka bisa mengurangi ukuran pori-pori kulit dan meminimalisir sekeresi minyak berlebih dari kulit wajah kita.

Semangka sangat tepat digunakan sebagai perawatan wajah untuk Anda yang memiliki kulit berminyak. Semangka dapat membantu mengontrol kadar minyak berlebih pada kulit. Gunakan semangka yang telah dihaluskan sebagai masker. Lakukan setiap minggu untuk hasil yang memuaskan.

### **C. Kandungan Semangka**

Khasiat yang didapat dari buah semangka terutama berasal dari campuran antara nutrisi, vitamin, mineral, dan senyawa lain di dalamnya. Berikut ini daftar kandungan gizi yang dibutuhkan tubuh dalam buah semangka.

- Energi: 28 kal
- Protein: 0,5 g
- Lemak: 0,2 g
- Karbohidrat: 6,9 g
- Serat: 0,4 g
- Kalsium: 7 mg
- Fosfor: 12 mg
- Besi: 0,2 mg
- Natrium: 7 mg
- Kalium: 93,8 mg
- Tembaga: 0,04 mg
- Zinc: 0,1 mg
- Beta-karoten: 315 mcg
- Karoten total: 590 mcg
- Thiamin (Vit. B1): 0,05 mg
- Riboflavin (Vit. B2): 0,05 mg
- Niasin: 0,3 mg
- Vitamin C: 6

### **D. LIMBAH SEMANGKA**

Buah Semangka biasanya dikonsumsi pada bagian daging yang berwarna mencolok saja (misalnya merah) padahal masih banyak bagian yang lain dari semangka yang bisa dikonsumsi dan dimanfaatkan. Limbah semangka adalah buangan yang dihasilkan dari bagian yang tidak terpakai dari buah semangka, limbah semangka termasuk limbah organik sehingga limbah ini dapat dimanfaatkan kembali melalui daur ulang dan memiliki nilai ekonomis yang tinggi. Tanaman Semangka dibudidayakan untuk dimanfaatkan buah segar nya tetapi ada yang memanfaatkan limbahnya yang biasanya hanya menjadi sampah seperti daun dan buah semangka muda untuk bahan sayur mayur,

biji yang memiliki aroma dimanfaatkan sebagai makanan ringan seperti kuaci dan kulit semangka yang dapat diolah menjadi berbagai olahan makanan seperti yoghurt, manisan kulit buah semangka, nata de semangka, selai semangka, kripik semangka dan masih banyak yang lainnya.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN**

##### 1. Waktu penelitian

Waktu penelitian ini dilaksanakan selama 1 hari pada tanggal 21 november 2021

##### 2. Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan didapur rumah saya dusun krajan desa laju kidul kecamatan singgahan kabupaten tuban. Adapun penelietian dilakukan oleh satu orang karena alasan pembagian tugas karya ilmiah ini.

#### **B. DEFINISI OPRASIONAL**

Menurut Sugiyono (2015), Pengertian definisi operasional dalam variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Definisi oprasional ini adalah memanfaatkan buah semangka untuk kesehatan kulit wajah dengan memisahkan kulit semangka sebagai face mist dan maker kulit wajah. Kulit semangka yang telah dipisahkan dari daging semangka kemudian didinginkan didalam kulkas selama 15-20 menit setelah itu dihaluskan kemudian sebagian kulit semangka yang dihaluskan dan diambil sarinya untuk dijadikan face mist dan sebagian yang dihaluskan saja bisa dijadikan masker wajah.

#### **C. BAHAN DAN ALAT PENELITIAN**

##### 1. bahan penelitian

Bahan-bahan yang digunakan dalam pembuatan masker semangka adalah buah semangka (segar dari buah semangka yang utuh tidak rusak maupun busuk) dengan wajah, untuk kulit semangka sendiri yang telah dihaluskan untuk dijadikan face mist.

##### 2. Alat penelitian

Alat-alat yang digunakan untuk pembuatan masker buah semangka yaitu pisau, blender, mangkok/piring, sendok, telenan, saringan.

dicampurkan madu untuk kulit yang kering, lemon untuk berjerawat adapun dari air mawar yang dicampurkan ke sari buah semangka digunakan untuk pembersih.

#### D. METODE PENGUMPULAN DATA

##### 1. Observasi

Observasi merupakan teknik dalam mengumpulkan data kualitatif dengan melakukan pengamatan secara langsung di lapangan atau lingkungan penelitian.

##### 2. Dokumentasi

Dokumentasi dalam penelitian ini untuk memperoleh data-data yang berkaitan dengan pemanfaatan buah semangka untuk kesehatan kulit wajah.

##### 3. Angket

Data kuantitatif skor penilaian yang diperoleh dari hasil pengisian lembar angket dianalisis dengan acuan yang diadaptasi dengan menggunakan skala Likert yang nantinya akan dideskripsikan secara kualitatif. skala Likert disusun dalam bentuk suatu pernyataan dan diikuti oleh empat respon yang menunjukkan tingkatan yaitu:

1) sangat puas (SS) dengan skor 4

2) puas (P) dengan skor 5

3) tidak puas (TP) dengan skor 2

Setelah angket terisi, kemudian angket tersebut akan dianalisis dan dipresentasikan. Arikunto (2013:272) menyatakan bahwa untuk menghitung persentase dapat dituliskan sebagai berikut :

$$P = \frac{\sum(\text{Jawaban} \times \text{Bobot tiap pilihan})}{n \times \text{Bobot tertinggi}} \times 100\%$$

P = Presentase hasil angket

$\sum$  = Jumlah

n = Jumlah butir lembar validasi

Dari persentase yang telah diperoleh kemudian ditransformasikan ke dalam kalimat kualitatif. Arikunto (2009:35) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria dilakukan dengan cara seperti tabel berikut:

<b>NO</b>	<b>INVERSAL</b>	<b>KRITERIA</b>
<b>1</b>	<b>100%</b>	<b>Puas</b>
<b>2</b>	<b>80%</b>	<b>Sangat Puas</b>
<b>3</b>	<b>40%</b>	<b>Tidak Puas</b>

Hasil yang telah diperoleh dibulatkan dua angka dibelakang koma. Untuk dapat memberikan makna dan pengambilan keputusan, digunakan ketetapan sebagai indikator keberhasilan pengolahan limbah. Pada uji konsumsi, hasil persentase setiap item dikatakan berhasil atau layak bila hasil yang berada pada kriteria “Tidak Puas”, “Puas” dan “Sangat Puas”.

## **E. ANALISA HASIL**

### **1. Pengolahan Data**

Setelah dilakukan penilaian lalu data hasil uji organoleptik diolah dengan tahapan sebagai berikut:

#### **a. Editing**

editing adalah data yang terkumpul baik data kualitatif maupun kuantitatif harus dibaca sekali lagi untuk Mengecek ketepatan dan kelengkapan data yang dikumpulkan.

#### **b. Coding**

Memberikan kode pada jawaban dengan angka atau kode tertentu sehingga lebih sederhana dan mudah dalam pengolahan data.

Data demografi jenis kelamin meliputi laki-laki dan perempuan. Pendidikan.

#### **c. Entrying**

Memasukkan data yang telah ada kedalam kolom kolom yang telah diberikan kode sebelumnya.

#### d. Cleaning

apabila semua data dari setiap sumber atau responden selesai dimasukan, perlu dicek kembali untuk memastikan agar semua data yang telah dimasukkan secara benar dan akurat serta membuang data yang diperkirakan akan mengganggu perolehan data, kemudian dilakukan pembedulan.

Analisis data yang digunakan adalah univariat, yaitu dengan menampilkan hasil penilaian berupa rata-rata (mean) dari masing masing variabel untuk mengetahui distribusi frekuensi dari tabel yang diamati sehingga dapat mengetahui karakteristik atau gambaran dari semua variabel warna, aroma, tekstur dan penerimaan keseluruhan terhadap produk dengan menggunakan tampilan berupa tabel atau grafik.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. HASIL PENELITIAN**

Khasiat yang didapat dari buah semangka terutama berasal dari campuran antara nutrisi, vitamin, mineral, dan senyawa lain di dalamnya. Berikut ini adalah kandungan yang terdapat pada masker buah semangka:

1. Semangka memiliki kandungan Lycopene, yang memiliki kandungan antioksidan tinggi sehingga efektif untuk melembutkan, mencerahkan dan juga mencegah penuaan dini.
2. ekstrak semangka asli dengan kandungan 90% untuk memberikan nutrisi dan elastisitas kulit. Juga diperkaya Red Lycopene Complex sebagai anti oksidan untuk mencegah penuaan.
3. Masker semangka juga pas untuk dipakai semua jenis kulit dari yang sensitif, kering, hingga yang berminyak dan berjerawat karena bisa membantu menghidrasi.
4. Memakai masker semangka juga bisa menenangkan kulit yang habis terpapar sinarmatahari di hari yang panas.
5. Digunakan sebagai rangkaian terakhir skincare malam (di atas atau sebagai pengganti krim malam), *sleeping mask* ini diformulasikan dengan ekstrak semangka untuk membantu membuat wajah terlihat lebih cerah dan berkilau di pagi hari.
6. Semangka juga bisa dijadikan toner dengan cara mengoleskan toner semangka pada wajahmu, kamu bisa mendapatkan wajah yang lembap, cerah, dan bebas kusam. Selain vitamin C dan kandungan air hingga 92%, semangka mengandung zat antioksidan yang bisa membuat kulitmu bebas dari kerusakan sel kulit sehingga kulit wajahmu bisa tampak awet muda dan kencang

## B. PEMBAHASAN

### 1. Gambaran Umum Buah Semangka

Semangka (juga dikenal sebagai tembikai atau mendikai) (*Citrullus lanatus*, suku ketimun-ketimunan atau Cucurbitaceae) adalah tanaman merambat yang berasal dari daerah setengah gurun di Afrika bagian selatan. Tanaman ini masih sekerabat dengan labu-labuan (Cucurbitaceae), melon (*Cucumis melo*) dan ketimun (*Cucumis sativus*). Semangka biasa dipanen buahnya untuk dimakan segar atau dibuat jus. Biji semangka yang dikeringkan dan disangrai juga dapat dimakan isinya (kotiledon) sebagai *kuaci*.

Sebagaimana anggota suku ketimun-ketimunan lainnya, habitus tanaman ini merambat namun ia tidak dapat membentuk akar adventif dan tidak dapat memanjat. Jangkauan rambatan dapat mencapai belasan meter.

Daunnya berlekuk-lekuk di tepinya. Bunganya sempurna, berwarna kuning, kecil (diameter 3 cm). Semangka adalah *andromonoecious monoklin*, yaitu memiliki dua jenis bunga pada satu tumbuhan: bunga jantan, yang hanya memiliki benang sari (*stamen*), dan bunga banci/hermafrodit, yang memiliki benang sari dan putik (*pistillum*). Bunga banci dapat dikenali dari adanya bakal buah (*ovarium*) di bagian pangkal bunga berupa pembesaran berbentuk oval.

Buah semangka memiliki kulit yang keras, berwarna hijau pekat atau hijau muda dengan larik-larik hijau tua. Tergantung kultivarnya, daging buahnya yang berair berwarna merah atau kuning. Tanaman ini cukup tahan akan kekeringan terutama apabila telah memasuki masa pembentukan buah.

### 2. Tekstur buah semangka

Berbeda dengan mangga, manggis, atau buah berukuran kecil lainnya, Anda membutuhkan trik khusus untuk memilih semangka yang manis dengan tekstur sempurna. Hal ini karena tekstur kulit semangka cenderung tebal dan keras, sehingga akan sulit untuk mendeteksi kualitas buahnya. Namun Anda tidak perlu khawatir. Sebetulnya ada tiga cara praktis untuk memilih semangka yang baik. Menurut The Watermelon Board, Anda hanya perlu melihat, mengangkat, dan membalik buah tersebut. Daripada penasaran, yuk simak ulasan lengkapnya di bawah ini, seperti dilansir Okezone dari Mashed, Senin (29/7/2019).

Langkah pertama yang harus Anda lakukan adalah melihat. Pastikan tekstur semangka tidak memiliki bekas memar, penyok, atau luka lainnya. Semangka juga harus terasa keras atau tidak lembek.

Langkah berikutnya adalah mengangkat buah tersebut. Angkatlah dua buah semangka dengan ukuran sama secara bersamaan. Buah yang lebih berat menunjukkan bahwa ia masih dalam keadaan segar. Kok bisa? Jadi, seiring bertambahnya usia, semangka akan kehilangan kandungan airnya hingga membuat tekstur daging menjadi lebih kering dan terkadang bertepung. Selanjutnya, putarlah semangka untuk melihat bagian dasar buah tersebut. Bila bagian ini berwarna krim kekuning-kuningan itu tandanya petani memanen semangka pada tingkat kematangan yang ideal. Namun, jika Anda melihat bercak berwarna putih dan hijau muda, itu berarti semangka dipanen sebelum waktunya. Mengingat semangka bukan termasuk buah yang bisa dimatangkan meski telah dipetik dari pohonnya seperti mangga dan alpukat, Anda harus menghindari semangka dengan ciri-ciri tersebut. Selain itu, ada satu lagi trik ampuh ketika hendak memilih semangka yang baik. Banyak teori yang mengatakan bahwa semangka yang matang akan terdengar nyaring ketika bagian luarnya diketuk, sedangkan semangka yang lembek cenderung lebih hening.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Dapat disimpulkan bahwa semangka menyimpan banyak manfaat untuk kita selain buahnya dapat digunakan jus ataupun es buah dan makanan lainnya kulitnya juga dapat dijadikan produk kecantikan seperti masker wajah. selain itu kulitnya juga bisa dijadikan face mist untuk menyegarkan wajah bisa dipakai sebelum memakai make up.

Kandungan berbagai vitamin dan mineral dalam buah semangka sangat dibutuhkan untuk kesehatan tubuh. Bahkan tidak hanya daging buahnya saja yang bermanfaat, kulit semangka yang biasa kamu buang setelah memakan buahnya ternyata juga memiliki khasiat yang sangat baik untuk tubuh.

Buah semangka mengandung beberapa jenis vitamin, mineral, yang sangat bermanfaat bagi kesehatan manusia. Manfaat kulit semangka untuk kesehatan dipengaruhi oleh kandungan nutrisinya. Setiap 3 cm kulit semangka mengandung 1,8 kalori.

Buah semangka ternyata tidak hanya baik untuk menghidrasi tubuh dan menghilangkan dahaga namun juga dapat membantu mencerahkan kulit, membersihkan wajah dari kusam, mengatasi jerawat dan bisa merawat berbagai masalah kulit wajah lainnya.

Kesimpulan yang melalui angket/kuesioner manfaat buah semangka untuk kesehatan kulit wajah, yang saya berikan kepada responder menyimpulkan :

1. Responden merasa responsif/menanggapi segala pertanyaan dalam angket yang saya buat dengan persentase 100%
2. Mengacu pada nilai jawaban yan paling dominan “SANGAT PUAS” menunjukkan 80% responden aktif dan faham terhadap pertanyaan tersebut.
3. Hasil kuesioner dalam satu jawaban “PUAS” adalah 100%
4. Hasil kuesioner dalam satau jawaban “TIDAK PUAS” adalah 40%

#### **B. SARAN**

Sebaiknya dilakukan penelitian lebih tentang pemanfaatan buah semangka yaitu dengan memilih buah semangka yang berkualitas supaya aman untuk dikonsumsi khususnya pada kulit semangka yang akan dipergunakan untuk merawat kulit bagian wajah dikarenakan tidak semua kulit yang mempunyai karakteristik normal namun juga ada yang berkarakteristik sensitif. Oleh karena itu, kita harus bisa memilih mana yang aman bagi kesehatan tubuh maupun kulit pada wajah

## DAFTAR PUSTAKA

2013. *Manfaat Buah Semangka untuk Kesehatan.*

<http://rumahsehat4.blogspot.com/2013/11/manfaat-buah-semangkauntuk-kesehatan.html>. (Diakses pada hari Kamis, 12 Desember 2013).

Gunawan, Iksan. 2014. —*Analisis Kandungan buah semangka lokal (Citrullus lannatus )* Universitas Gajah Mada .|| *Jurnal Sungkai* VOL2: 52–63.

<http://e-journal.upp.ac.id>.

Rochmatika, L.D., Kusumastuti, H., Setyaningrum, G.D., & Muslihah, N.I.

Analisis Kadar Antioksidan Pada Masker Wajah Berbahan Dasar Lapisan Putih Kulit Semangka (*Citrullus Vulgaris* Schrad). Seminar Nasional Penelitian, Pendidikan dan Penerapan MIPA, 2 Juni 2012, Jogjakarta: FMIPA UNY. Hal 25-32.

## DAFTAR GAMBAR

### Proses pembuatan masker



## Proses Pembuatan Face Mist



LEMBAGA PENDIDIKAN MA'ARIF NU



# MADRASAH ALIYAH AL HIDAYAH

Alamat : Jl. K.H. Muhyiddin 365 Lajukidul Singgahan Tuban

NPSN : 20384761 NSM : 131 235 230 026 STATUS : TERAKREDITASI 'A'

YAYASAN AL HIDAYAH LAJUKIDUL AKTE NOTARIS MCDARRURRIDHO, SH NO. 09 TAHUN 2016 AHU-001.2322.AH.01.04.TAHUN 2015

Website: [www.maalhidayah.com](http://www.maalhidayah.com) ; E-mail: [maalhidayah365@yahoo.co.id](mailto:maalhidayah365@yahoo.co.id)



## LEMBAR PENGAJUAN JUDUL

Nama : Asriya Chilmi  
NIS : 13123530026190006  
Program : Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS)

Judul yang diajukan

1. Pengaruh Kecerdasan Emosional, Intelektual dan Spiritual terhadap Perilaku siswa pada saat proses Pembelajaran dikelas XII IPS
2. Pemanfaatan Buah Semangka untuk Kesehatan Kulit wajah.
- 3.

Judul yang disetujui : Pemanfaatan Buah Semangka untuk Kesehatan Kulit wajah.

Mengetahui

Siswa

( Asriya Chilmi )

Pembimbing

( Nur Anis (utfah, S.Ag) )

